



イベント情報

お申し込み・お問い合わせ
 相模原市立 さがみ湖リフレッシュセンター 電話番号:042-685-3988
 住所:緑区若柳1207-4 「内郷診療所」バス停から徒歩3分、無料駐車場あり

10月のイベント

- ・囲碁将棋サロン
- ・健康マージャン (相模湖地区社会福祉協議会共催にて)
 日時:10月13日(土) 13時30分~16時
- ・10月の生きがい大学
- ・そば打ち教室 
 日時:10月17日(水) 9時30分~13時
 募集:12名 60歳以上でそば打ち未経験者
 費用:材料費として1,000円
 申込:直接窓口またはお電話
- ・11月の生きがい大学 
 ・笑いヨガ教室
 日時:11月21日(水) 13時30分~15時
 内容 笑いヨガ (誰でもできる笑いの健康法です。)
 講師 小田ゆう子さん
 対象 原則として相模湖地区にお住まいの60歳以上の方
 参加費無料 当日の申し込みで大丈夫です。

《道志・寸沢嵐合同サロン実施》

9月12日にシニア大学登録講師の平井幸雄氏こと三遊亭圓塾さんをお招きして、道志と寸沢嵐の合同サロンを開催致しました。


圓塾さんの落語で大笑いしたのち風船バレーで体を動かし、茶話会の最後は合唱と、五感で楽しみ和やかに地区の交流が図れました。




《転ばない体づくり教室》



9月7日に高齢者支援センターと共催で実施していただきました転ばないための体づくり教室のフォローアップが行われました。

今まで6回の教室で習得した体操を生かして、転ばない体づくりを継続して健康づくりに励みましょう!



阿津老人クラブによる植栽等整理・清掃

残暑まだ厳しい9月18日早朝より阿津の老人クラブ様によりリフレ敷地内の草刈り、剪定を実施して頂きました。11時過ぎには見違えるほどに綺麗にして戴いたことに、感謝とお礼を申し上げます。

■ 10月の利用申込み状況 平成30年9月27日現在 x:利用申請済(利用不可)

日・曜日	1(月)		2(火)		3(水)		4(木)		5(金)		6(土)		7(日)		8(月)		9(火)		10(水)		11(木)		12(金)		13(土)		14(日)		15(月)		16(火)	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後		
ふれあいルーム1		x			x	x	x			x						x		x	x	x				x	x			x		x	x	x
ふれあいルーム2	x	x			x					x	x		x	x			x	x			x	x		x	x	x	x			x	x	
研修室						x	x				x	x	x	x	x			x	x		x	x							x			
調理実習室						x															x	x										
会議室	x	x	x			x	x	x								x		x			x	x					x	x				

日・曜日	17(水)		18(木)		19(金)		20(土)		21(日)		22(月)		23(火)		24(水)		25(木)		26(金)		27(土)		28(日)		29(月)		30(火)		31(水)				
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後					
ふれあいルーム1	x	x		x									x				x	x		x	x			x			x	x	x		x		
ふれあいルーム2	x	x					x	x		x	x		x			x	x	x		x	x	x			x			x	x	x		x	x
研修室	x			x	x							x	x		x	x	x		x	x	x				x								
調理実習室	x	x	x								x	x	x					x	x														
会議室	x	x	x										x	x												x	x	x				x	x

10月1日より利用料金・利用時間の区分・減免の対象が変わります。